



Reglement ved Corona trening:

- Kun de med godkjent søknad kan benytte anleggene ut denne sesongen, frem tom fredag 26/6-2020.
- Anbefalt størrelse på gruppetrening er maksimalt 20 personer, og dette gjelder pr håndballflate (20x40 meter). For 6-10 åringer anbefales mindre grupper (5-10 personer). Ved mindre saler kan det gjøres egne vurderinger i forhold til anbefalt antall. Personer som er til stede skal holde minst 1 meter avstand til andre (gjelder ikke mellom personer som tilhører samme husstand).
- Alle treninger skal ledes av en voksen person over 18 år, og kun friske personer skal delta på trening.
- Ansvarlig trener samler gruppen på utsiden av anlegget og sørger for at gruppen går samlet inn og ut fra trening med nødvendig avstand. All omkledding foregår utenfor anlegget.
- Hallene vil være stengt under trening. Gruppen slippes inn fem minutter etter oppsatt treningsstart. Treningene må avsluttes fem minutter før oppsatt tid. Dette er for å rekke å få alle utøvere ut, vaske over flater, og slippe inn neste gruppe. Alle grupper må følgelig gi ti minutter av oppsatt treningstid.
- Foreldre og andre skuelystne skal holde seg utenfor hallen.
- Håndhygiene skal utføres ved starten og avslutningen av økten. Vask hendene i lunket vann med såpe i minst 20 sekunder.
- Styrkerom, klatrevegg, kiosk og garderober/fellesdusjer holdes stengt.
- Det vil være tilgjengelige toaletter med muligheter for håndvask og evt antibac/håndsprit (der det ikke er mulig å vaske seg) Ta med ferdig fylt drikkeflaske hjemmefra.
- Dersom flere saler er i bruk samtidig, skal skillevegger være nede hvor det er mulig.
- Lagene må vaske utstyr som brukes før og etter trening.
- For noen av anleggene vil det kunne være egne innganger og utganger. Det vil også kunne være inndelte/definerte innganger til de ulike salene.
- Norges Idrettsforbund sin veileder og særiddrettene sine koronavettregler skal følges.
- Klubben er ansvarlig for å informere spillere og foreldre om smittevernregler generelt, og særiddrettens egne koronavettregler.

- Brudd på reglene kan føre til at anlegget blir stengt for den aktuelle treningsgruppen.
- Omfattende og gjentakende brudd på tvers av flere treningsgrupper kan føre til at anlegget blir stengt for samtlige treningsgrupper.
- Alle lag må føre oppmøteprotokoll for treningsgruppen på en slik måte at det er mulig å drive smittesporing ved behov. Husk å føre opp både utøvere, trenere og lagledere/«hjelpere». Ansvarlig trener er ansvarlig for gruppen ved eventuell smittesporing.

Husk å følge de 3 hovedprinsippene for å bremse smittespredning:

- Syke personer skal holde seg hjemme
- God hånd- og hostehygiene og forsterket renhold
- Hold minst 1 meters avstand, og reduser kontakt mellom personer

Lykke til med treningen.